HUEVO YONI

manual de uso



Auto conocimiento y Amor Propio

@jessicastone.co

318 702 5772

No hay nada que te pueda guiar mejor que tu propio corazòn, ya eres una maestra, ya eres aquello que haz estado esperando, solo es cuestiòn de darte cuènta; ve hacia adentro, busca adentro...

Bienvenida a la experiencia del Huevo Yoni, una herramienta que te ayuda a empreder el viaje mas importante de tu vida, el viaje de la mente al corazòn.

Te veo.

Jessica Stone

1. DESCARGA ENERGÈTICA:

Los cristales tienen la capacidad de absorber y amplificar energìa que reciben de su entorno, es por èsta fabulosa cualidad que es necesario hacerles una descarga energètica 1 vez al mes:

1. Saca tu cristal de su empaque.

2. Sièmbralo en un lugar donde haya tierra fèrtil, puede ser un jardìn ò una matera.

3. Dèjalo enterrado en la tierra 1 semana al mes.

La semana de descarga de tu cristal serà la misma semana de tu menstruaciòn, si tienes menopausia o no mestruas por alguna razòn escoje 1 semana al mes para hacer la descarga del cristal y descansar.

2. CARGA DEL CRISTAL CON LA LUNA Ò EL SOL

Para darle mayor fuerza energètica a tu cristal lo puedes poner a cargar con la luna o el sol:

LUNA: Energia de Agua, sanar emociones, acceder a la sombra, lo secreto , lo oculto, acceso a la mente subconsciente.

DIA: Fase de luna llena.

TIEMPO: 1 Noche al mes.

¿ CÒMO SE HACE? :

Poner el cristal en un recipiente de vidrio con sal marina y agua directamente a los rayos de la luna o en una ventana, dejar toda la noche y al siguiente dìa introducirlo antes de dormir.

2. CARGA DEL CRISTAL CON LA LUNA Ò EL SOL

Para darle mayor fuerza energètica a tu cristal lo puedes poner a cargar con la luna o el sol:

SOL: Energia de fuego, purificaciòn, alquimia.

DIA: Cualquier dia soleado.

TIEMPO: Hasta que el cristal estè caliente.

¿ CÒMO SE HACE? :

Poner el cristal directamente a los rayos del sol hasta que estè caliente,esperar a que alcance una temperatura soportable e introducirlo en la vagina.

3. ESTERILIZACIÒN:

Siempre antes de introducir el cristal en la vagina debe estar completamente limpio y esterilizado para hacerlo sigue las siguientes instrucciones:

1. Lava el cristal con agua y jabòn

2. Sumerge el cristal en vinagre blanco ò en bicarbonato de sodio con agua durante mìnimo 5 minutos.

3. Lava nuevamente con agua y ya estarà listo para ser usado, recuerda siempre tambièn tener tus manos muy limpias.

El cristal debe guardarse en un lugar limpio donde nadie lo coja y donde estè lejos de electrodomèsticos.

4. PROGRAMACIÒN :

Vea al primer Audio:

MEDITACIÒN DE PROGRAMACIÒN Y SIGUE LAS INSTRUCCIONES.

5. COLOCACIÒN Y TIEMPOS DE USO:

Es muy importante seguir las indicaciones para el uso del cristal, porfavor no exceder los tiempos sugeridos.

Si ya tienes tu cristal preparado para su uso vas a introducirlo de la siguiente forma:

1.Tùmbate en la cama.

2.Inhala y exhala profundo y lento 3 veces.

3. Introduce el cristal de 2 a 3 cms de profunidad.

4. Permanece acostada.
Si el cristal es solo para trabajar fortalecimiento del musculo del piso pèlvico luego de introducirlo comenzar a hacer los ejercicios de Kegel.

5. COLOCACIÒN Y TIEMPOS DE USO:

Es muy importante seguir las indicaciones para el uso del cristal, porfavor no exceder los tiempos sugeridos.

PRIMERA NOCHE: Dejar el cristal puesto por 2 horas luego pujar, sacarlo, lavarlo y guardarlo.

SEGUNDA NOCHE: Dejar el cristal puesto por 4 horas, luego pujar, sacarlo, lavarlo y guardarlo.

TERCERA NOCHE Y EN ADELANTE: Dejar el cristal puesto por 6 horas/ toda la noche, luego en la mañana pujar, sacarlo, lavarlo y guardarlo.

5. COLOCACIÒN Y TIEMPOS DE USO:

Seguir el mismo procedimiento todas las noches durante 3 meses descansando 1 semana al mes y 1 mes cada 3 meses.

Si se sufre de hipertensiòn utilizar el cristal cada 3 dias/ 2 veces por semana.

Si se sufre de varices vulvares NO SE DEBE USAR EL CRISTAL.

Si estàs en embarazo utilizar el cristal puesto directamente en el ombligo o 4 dedos debajo del ombligo directamente sobre la piel. NO SE DEBE INTRODUCIR.

6. CONTRAINDICACIONES:

NO SE PUEDE USAR EL CRISTAL :

1. EMBARAZO: La ùnica forma de usar el cristal si se esta en embarazo es de forma externa sobre la piel.

2. CONDICIONES PSIQUIÀTRICAS: Si estàs tomando antidepresivos, ansiolìticos, evitar el uso del cristal.

3. VARICES VULVARES

4. HIPERTENSIÒN: Seguir los tiempos sugeridos.

5. HEMORRAGIAS FUERTES ENTRE PERIODOS: Usar el cristal de forma externa.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

1. ¿Si tengo el periodo, puedo utilizar el cristal?

RTA: No, durante el periodo descansar del cristal y dejarlo enterrado en la tierra.

2. ¿Si no me viene el periodo tengo tambièn que descansar 1 semana al mes?

RTA: Si, es importante descansar 1 semana al mes se tenga o no mestruaciòn.

3. ¿Puedo tener relaciones sexuales si estoy usando el cristal?

RTA: Si puedes tener relaciones sexuales durante el tratamiento, solamente debes tener en cuenta que el uso del cristal es luego de la relaciòn sexual y tu pareja no debe entrar en contacto con el cristal.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

4. ¿ Còmo se si lo debo cargar con la luna o con el sol?

RTA: Eso depende de la energìa con la que quieras trabajar, dèjate llevar por tu intuiciòn y deja que tu cuerpo te guìe sobre que energia debes poner dentro de ti para transformar lo que haya que transformar.

5. ¿ Puedo usar el cristal si tengo puesto el dispositivo intrauterino DIU ?

RTA: Puedes usarlo si ya han pasado 3 meses luego de su colocaciòn, si durante el tratamiento notas algun tipo de dolor suspende su uso inmediatamente.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

6. ¿ Puedo trabajar 1 solo propòsito o pueden ser varios al tiempo?

RTA: Trabaja 1 propòsito por cada 3 meses como mìnimo, luego de los 3 meses haz una auto evaluacion y decide si ya haz concluìdo el trabajo de forma satisfactoria con ese primer propòsito, si es asì cambia, si sientes que aùn falta por trabajar en ese mismo propòsito continua otros 3 meses.

7. ¿ Si estoy lactando puedo usar el cristal?

RTA: Si puedes usar el cristal pero no debe ser de obsidiana, preferiblemente un cuarzo blanco, rosa o amatista.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

8. ¿ Què pasa si el cristal no sale?

RTA: El cristal siempre va a salir asi se tarde un poco, tu cèrvix no permite que el cristal se vaya o se pierda en el ùtero, el cèrvix no permite que el cristal pase del canal vaginal, entonces el cristal tarde que temprano va a salir.

Si te sientes insegura respecto a èste tema porfavor acude al grupo de apoyo, alìi hay varias chicas que han experimentado esa misma situaciòn y pueden guiarte facilmente.

9. ¿ Me da miedo no poder controlar todas las emociones que puedan surgir en mi durante el tratamiento?

7. PREGUNTAS FRECUENTES

RTA: Para canalizar de forma positiva todas las emociones que pueden surgir durante el tratamiento tendràs una cartilla de actividades pensada en ayudarte a balancear todo el movimiento energètico que pueda activarse, igualmente tendras un grupo de apoyo donde puedes compartir con màs mujeres tu experiencia personal,tienes tambièn un descuento del 20% para una consulta personalizada con una terapeuta holìstica en caso que estès teniendo un movimiento emocional muy fuerte y no sepas como enfrentarlo.

10. ¿ Cuantas veces debo hacer la meditaciòn de programaciòn del cristal?

RTA: Puedes hacerlo las veces que quieras, mìnimo 1 vez al mes luego de la semana de descanso antes de comenzar el ciclo mensual.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

11. ¿ Puedo usar el cristal a cualquier hora del dìa?

RTA: Preferiblemente es un tratamiento para la noche a menos que estès trabajando ùnicamente el fortalecimiento del mùsculo del piso pèlvico, si es asi lo puedes usar cuando te dispongas a hacer los ejercicios de Kegel.

12. ¿ Què pasa si quedo embarazada utilizando el cristal?

RTA: Inmediatamente sepas que estàs embarazada suspende el uso del cristal y de cualquier planta medicinal que acompañe el tratamiento.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

11. ¿ Si no sale el cristal lo puedo sacar con las manos?

RTA: La mayoria de veces que mujeres han sacado su cristal con las manos a la fuerza se han lastimado su vagina a tal punto de sacarse sangre, no te desesperes, la vagina es un mùsculo, relàjate, confia y deja que el cristal cumpla con su funciòn en ti, permite que tu cuerpo lo saque cuando ya se haya alimentado de la energìa del cristal. No va a pasar nada.

12. Si el cristal se cae y se rompe puedo seguirlo usando?

RTA: Si tu cristal se rompe es necesario cambiarlo pues en una fisura pueden quedar bacterias ò puedes cortarte al introducirlo.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

13. ¿ Afecta a mi pareja que yo estè usando el Huevo Yoni?

RTA: El uso del huevo si influencia a tu pareja, màs si es una relaciòn estable; cuando dos personas tienen una relaciòn estable sus auras se funden hay una vinculaciòn energètica, cuando èsto pasa tu puedes tambièn percibir la energia que la otra persona està experimentado, un ejemplo de èsto es cuando estamos lejos de nuestra pareja pero sentimos que està triste o feliz, sentimos sus emociones o cuando lo pensamos y aparece, èsto nos muestra que hay un vinculo energètico fuerte; si èsto es asi entonces toda la energia que se mueva en ti gracias al cristal el la puede sentir por que su aura, su energìa tambièn està vinculada con la tuya. No es comùn pero tambièn puede pasar que la mujer use el cristal y el hombre sienta los sintomas.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

Se sincera con tu pareja, cuèntale el proceso en el que estàs, tu vagina es un lugar que el tambièn visita es un lugar que compartes con el entonces lo mejor es ser completamente honesta.
Tambièn es importante contarle a tu pareja para que el sepa como acompañarte si estas mas sensible de lo normal, reactiva emocionalmente, eso le ayudarà a entenderte y saber que estas liberandote de algo y eso es positivo para ti y tambièn para el, pidele que sea neutral ante tus emociones y si lo sientes pidele que se convierta tambièn en un acompañante que te contenga y te sostenga en tu proceso de sanaciòn.
Si el no se siente preparado busca un terapeuta o un grupo de apoyo donde hayan personas que esten usando el cristal o lo hayan usado y puedas sentirte acompañada y recibir guia, aunque el cristal es un trabajo de introspecciòn no te quedes sola.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

14. ¿ Como le afecta a mis hijos que yo use el cristal?

RTA: Depende de la edad, si es menor de 7 años aùn compartes con tu hijo tu campo aurico, todo lo que le llega a el en sus experiencias de vida tu campo aurico primero lo recibe y luego lo filtra hacia el para protegerlo. Ahora lo que te pasa a ti tu hijo tambièn lo siente por que estàn conectados profundamente, si hay un movimiento fuerte energètico tus hijos lo pueden sentir y verse influenciados por ello.

Si tus hijos son mayores de 7 años pero aùn viven con tigo se veràn influenciados levemente.

La forma en la que lo afecte tendrà que ver con el propòsito y el cristal con el que estàs trabajando.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

15. ¿ Desde que uso el huevo mi pareja se ha alejado o yo siento que quiero alejarme de el?

RTA: El huevo de obsidiana tiene la capacidad de cortar los lazos etèricos que creamos con las demàs personas, esos lazos no son buenos en ninguna relaciòn por que no es bueno que tu estès conectada todo el tiempo con alguien por que eso te va a drenar energìa. No es bueno. Usualmente los lazos eèricos se dan en relaciones con apegos, si sientes que de repente te estàs alejando o que el se està alejanado es por que ese lazo se està cortando, estas limpiando tu energìa y tu campo aurico ahora esta libre de ataduras que te debilitan.

Las relaciones tambien funcionan cuando cada uno tiene su espacio y no hay apegos.

La obsidiana tambièn es un cristal protector y si alguien se aleja es por que ya no està resonando con tu energìa, mi consejo es que te quedes en una posicion contemplativa donde mires que pasa con las personas que estàn a tu alrededor y como comienzan a portarse.

Si durante tu tratamiento alguien se aleja o se va por algo es, permìtete fluir y reinventarte no solo a ti misma si no tambièn a tus relaciones.

16. ¿ Es normal que cuando use el huevo sienta dolor en alguna parte de mi cuerpo?

RTA: Es muy normal, todo dolor que presentes sin razon aparente al poner el cristal està asociado a la liberacion de energìa reprimida del pasado pues finalmente èste es uno de los campos de acciòn del cristal en especial el cristal de

7. PREGUNTAS FRECUENTES

obsidiana, es a la sombra y desbloquear la energia bloqueada y acumulada.

Cuando la energìa comienza a moverse o a liberarse pueden aparecer sintomas de dolor en alguna parte del cuerpo, asi que bienvenidos todos los dolores por que son una forma de limpieza puede ser fisica, por el crecimiento del endometrio, un polipo un quiste,algo que de repente tu no sabias que se estaba manifestando en tu cuerpo fisico ò a nivel energètico puede ser la limpieza de una memoria, un corte de un lazo energètico con alguna pareja, etc, siempre un dolor serà energìa liberada por el cuerpo; Por eso es tan importante tener claro el propòsito para poder asociar y entender que parte de la sombra estàs liberando y tener claridad sobre los mensajes de tu cuerpo.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

Los dolores mas comunes son:

Dolor en cabeza, senos, ovarios, ùtero, vagina, coxis, cadera, piernas, rodillas.

Puedes tambièn presentar sintomas de diarrea, vomito, especialmente usando el cristal de obsidiana.

Si el dolor es persistente luego de retirar el cristal, empeora, genera fiebre o flujo suspender el uso del cristal inmediatamente e ir al mèdico.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

16. ¿ Què pasa si no quiero usar el crital una noche o si olvidè ponerlo ?

RTA: Es muy importante que durante el uso del cristal estès muy atenta a tu voz interior, a tus sensaciones a tu corazòn, dèjate guiar por la maestra que hay en ti, si sientes querer hacer algo nuevo con el cristal que no estè exlplicado en el manual hazlo, si quieres dejar de usarlo por una noche por que sientes no querer ponerlo no lo pongas, no tienes que hacer nada que no quieras, no tienes que hacer nada que no sientas, solamente se disciplinada con el proceso pues es un tratamiento natural y como todo tratamiento natural merece tiempo y disciplina para ver los resultados.

7. PREGUNTAS FRECUENTES

16. ¿ Hoy es mi 5 noche con el cristal pero siento que no he podido dormir bien, me despierto mucho en las noches o no puedo tener un sueño profundo, què debo hacer?

RTA: Durante la primera semana puede pasar que tengas problemas para dormir sin embargo con el pasar de los dias èste problema va desapareciendo, si ves que continuas muy agotada, estas muy sensible y no puedes dormir normalmente suspende el uso del cristal por 3 dias y vuelve nuevamente a comenzar, es posible que mucha energia se estè activando, moviendo y necesitas darle a tu cuerpo un momento para liberar y ordenar.

Importante hacer los ejercicios de la cartilla de actividades y escribir todo lo que vas sintiendo en el diario.

Si tienes alguna pregunta diferente a las que aquì hemos respondido porfavor realizala a travès del grupo de apoyo o escribiendo directamente un mensaje al nùmero de Whatsapp en Colombia

318 702 5772

Recuerda que si crees necesitar mayor acompañamiento o asesoria personalizada puedes agendar tu cita presencial o virtuala travès de whatsapp o instragram.

Linda experiencia y feliz vida.

Jessica Stone.
@jessicastone.co

HUEVO YONI

manual de uso



Auto conocimiento y Amor Propio

@jessicastone.co

318 702 5772